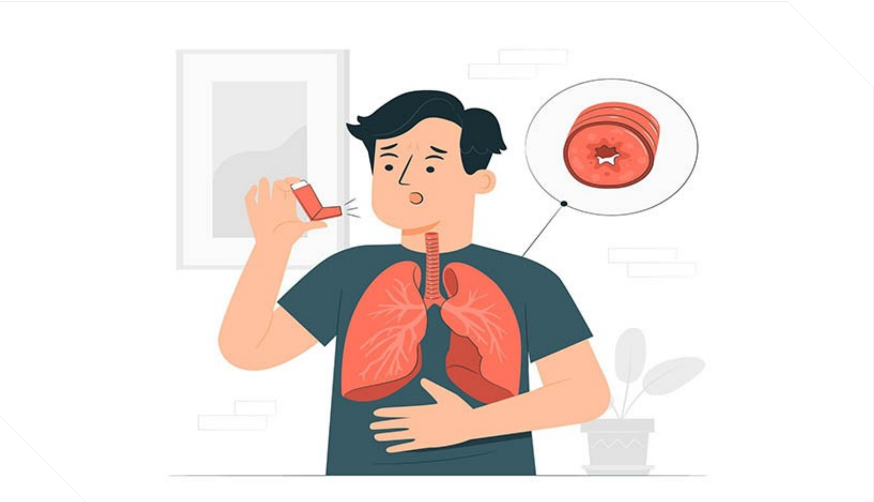
بحث عن

الربو

المادة : ....



عمل الطالب

....

الصف : ....

الربـو هـو حالـة رئويـة شـائعة تسـبب صـعوبات في التنفس بين الحين والآخر وهـو مـرض يصـيب الجهـاز التنفسـي تحديـداً مجـرى الهـواء أي الشعب الهوائية المسـؤولة عن نقـل الهـواء من الرئـتين وإليهـا ونتيجـة تضيق أو انسداد الشـعب الهوائيـة أو المجـرى الهـوائي يشـعر الإنسـان بصعوبة في التنفس أو ما يسمى بأزمات الربو.

وهناك خطأ شائع بين بعض الناس وهـو أنهم يعتقـدون أن مـرض الربـو يختلف عن مرض حساسية الصدر، والحقيقـة أن مـرض الربـو ومـرض حساسية الصدر اسمان للمـرض نفسـه وليسـا مرضـين مختلفين أو أن أحدهما أشد خطورة أو أقل خطورة.

يصيب الأشخاص من جميع الأعمار وغالبًا ما يبدأ في مرحلة الطفولــة ، على الرغم من أنه يمكن أن يتطور أيضًا لأول مرة عند البالغين.

لا يوجد علاج حاليًا، ولكن هنـاك علاجـات بسـيطة يمكن أن تسـاعد في السيطرة على الأعراض حتى لا يكون لها تأثير كبير على حياتك.

مسببات الربو

ينتج الربو عن تورم (التهاب) أنابيب التنفس الـتي تحمـل الهـواء داخـل وخارج الرئـتين. هـذا يجعـل الأنـابيب حساسـة للغايـة، لـذا فهي تضـيق بشكل مؤقت مما يؤثر على عملية التنفس عند الطفل المصاب.

قــد يحــدث بشــكل عشــوائي أو بعــد التعــرض لمحفــز من محفــزات الحساسية.

تشمل مسببات الربو الشائعة ما يلي:

- الحساسية على سبيل المثال الغبار المنزلي، أو فـراء الحيوانـات، أو حبوب اللقاح.
- الدخان والتلوث والهواء البارد.
- ممارسة الرياضة.
- التهابات مثل نزلات البرد أو الإنفلونزا.
- يمكن أن يسـاعدك تحديـد مسـببات الربـو وتجنبهـا في السـيطرة على الأعراض.

أعراض الربو

هناك أعراض مختلفة تظهر على الشخص المصاب بالربو.

أهم أعراض الربو هي:

- صوت صفير عند التنفس ويسمى صفير.
- ضيق التنفس
- ضيق في الصدر ، والذي قد يبدو وكأن رباطًا مشدودًا حوله.
- السعال.

يمكن أن تسوء الأعراض في بعض الأحيان بشكل مؤقت. يُعرف هذا بنوبة الربو.

يجب أن تلجأ إلى الطبيب إذا كنت تعتقد أنك أو طفلك مصابا بالربو.

يمكن أن تسبب العديد من الحالات أعراضًا متشابهة، لذلك من المهم الحصول على التشخيص المناسب والعلاج الصحيح في أسرع وقت.

عادة ما يكون الطبيب قادرًا على تشخيص الربو عن طريق السؤال عن الأعراض وإجراء بعض الاختبارات البسيطة.

درجات الربو

قام الأطباء بتقسيم مرض الربو إلى أربع فئات عامة، وهي:

خفيف متعاقب: أي إن الأعراض خفيفة تكرر ما بين يومين في الأسبوع وحتى ليلتين في الشهر الواحد.

ثابت خفيف: أي إن الأعراض تتكرر أكثر من مرتين في الأسبوع، لكن ليس أكثر من مرة واحدة في اليوم.

ثابت معتدل: أي إن أعراض الربو تظهر مرة في اليوم وأكثر من ليلة واحدة في الأسبوع.

ثابت شديد: أي إن أعراض الربو متكررة على مدار اليوم في معظم الأيام غالباً ما تكون في الليل.

أنواع علاج الربو

يُعالج الربو عادةً باستخدام جهاز الاستنشـاق، وهـو جهـاز صـغير يسـمح لك باستنشاق الأدوية المعالجة لأزمة الربو.

<u>الأنواع الرئيسية هي:</u>

أجهزة الاستنشاق المخففة - تستخدم عند الحاجة للتخفيف السريع من أعراض الربو لفترة قصيرة.

أجهزة الاستنشـاق الوقائيـة - تسـتخدم كـل يـوم لمنـع حـدوث أعـراض الربو.

وقد تحتاج بعض الأطفال لتناول الحبوب المعالجة أيضاً.

<u>الطب البديل في علاج الربو</u>

يلجأ بعض الناس إلى الطب البديل لعلاج أزمات الربو التي يعانون منها وتجنب حدوثها. ومقومات الطب البديل جميعها مستنبطة من الطبيعـة. يعتمد مصابي الربو على العناصر الآتية في علاج الربو:

تنـاول الزنجبيـل الـذي يحتـوي على مضـادات الأكسـدة ويسـاعد على السيطرة على الالتهابات التي تصيب الشعب الهوائية.

تدليك زيت الخردل على الصدر والذي يساعد على التخلص من أمراض الجهاز التنفسي بكفاءة بالإضافة إلى التهابات الجيوب الأنفية.

استنشاق زيت الكافور وهو من الزيـوت العطريـة الفعالـة لعلاج مـرض الربو والتهاب الحلق والسعال.

تناول عسل النحل الطبيعي الذي يساعد تناوله بانتظام على السـيطرة على السعال الناتج من ضيق الشـعب الهوائيـة ويسـاعد على الحـد من تراكم المخاط في الشعب الهوائية.

تناول الثوم الذي هو مصدر طبيعي لفيتامين سي الذي يحسـن من أداء الجهاز المناعي للجسم ومن ثم التصدي لأزمات الربو.

<u>هل يمكن تحديد وقت الإصابة بالربو؟</u>

الربو حالة طويلة الأمد للعديـد من الأشـخاص ، خاصـةً إذا ظهـرت أول مرة عندما تكون بالغًا.

عند الأطفـال، يـزول أحيانًـا أو يتحسـن خلال سـنوات المراهقـة، ولكن يمكن أن يعود لاحقًا في الحياة.

يمكن السيطرة على الأعـراض بـالعلاج. يعيش معظم الأشـخاص حيـاة طبيعية ونشيطة، على الرغم من أن بعض الأشـخاص المصـابين بـالربو الشديد قد يعانون من مشاكل مستمرة.

مضاعفات الربو

على الرغم من أنه يمكن السيطرة على الربو بشكل طبيعي، إلا إنــه لا يزال حالة خطيرة يمكن أن تسبب عددًا من المشاكل.

هذا هو السبب في أنه من المهم اتباع خطة العلاج الخاصـة بـك وعـدم تجاهـل الأعـراض الخاصـة بـك إذا كـانت تـزداد سـوءًا وليس المقصـود بتوضيح مضاعفات الربو هو إثارة القلـق والخـوف بين المصـابين ولكن لمعرفة الحالة الصحية وتطوراتها وكيفية التعامل معها.

يمكن أن يسـبب الربـو الخاضـع للسـيطرة السـيئة مشـاكل مثل:

- الشعور بالتعب طوال الوقت.
- ضعف الأداء في العمل أو المدرسة أو الغياب عنها.
- التوتر والقلق والاكتئاب.
- تعطيل عملك ووقت فراغك بسبب زيارات غـير مخطـط لهـا إلى طبيب عام أو مستشفى.
- التهابات الرئة أو الالتهاب الرئوي.
- تأخر في النمو أو البلوغ عند الأطفال.

هناك أيضًا خطر الإصابة بنوبات الربـو الشـديدة، والـتي يمكن أن تهـدد الحياة.

لذا ننصح بسرعة التعامل مع أزمات مرض الربـو وأن تخضـع للمراقبـة والمتابعـة حـتى يتم السـيطرة عليهـا بأمـان وننصـح أيضـاً بتوفـير علاج أزمات الربـو مـع المـريض باسـتمرار لسـرعة اسـتخدامها حين الحاجـة إليها.

اليوم العالمي للتوعية بمرض الربو

يصادف الثالث من شهر مايو اليوم العالمي للربو، وهو المرض الذي أصاب حوالي 262 مليون شخص في عام 2019، وتسبب في وفاة 461 ألف شخص. وتشير الإحصاءات أن الربو يصيب 6 في المئة من الأطفال و2 في المئة من البالغين.

كشفت منظمة الصحة العالمية أنها تعكف على اتخاذ إجراءات لتوسيع نطاق تشخيص الربو وعلاجه بطرق عديدة.

وقد أُعدت حزمة للتدخلات الأساسية بشأن الأمراض غير السارية للمساعدة في تحسين إدارة هذه الأمراض وفي الرعاية الصحية الأولية في البيئات منخفضة الموارد.

وتشتمل الإجراءات على بروتوكولات لتقييم الأمراض التنفسية المزمنة (الربو ومرض داء انسداد الرئتين المزمن) وتشخيصها وإدارتها، وإنشاء مؤسسات وهيئات خاصة بمناقشة أساليب الحياة الصحية، ومنها الإقلاع عن التدخين، والعناية الذاتية.